



CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de SETEMBRO DE 2025

ESCOLAS CANTAGALO, CORONEL, BAÚ, SERRANO E TORTO ENSINO FUNDAMENTAL - MANHÃ

PERÍODO DA MANHÃ	Segunda 1/9	Terça 2/9	Quarta 3/9	Quinta 4/9	Sexta 5/9
Desjejum	Leite com chocolate 32% cacau	Leite com café e biscoito de polvilho	Leite com chocolate e bolo de laranja	Virado de banana	Leite com café e pão com margarina.
Lanche	Macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate e cenoura. Salada de beterraba	Suco de polpa Pão com ovo mexido. Salada de frutas (banana, laranja, manga e morango)	Arroz, feijoadade leve (feijão preto e pernil). Couve refogada. Salada de cenoura.	Suco de polpa Torta de frango com batata, cenoura, tomate. Maçã	Arroz, feijão, tilapia assada com batata. Salada de alface e tomate

PERÍODO DA MANHÃ	Segunda 8/9	Terça 9/9	Quarta 10/9	Quinta 11/9	Sexta 12/9
Desjejum	Leite com chocolate 32% cacau	Vitamina de morango com aveia	Leite com chocolate e bolo de cenoura	Virado de banana	Leite com café e pão com margarina.
Lanche	Macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura. Salada de brócolis	Suco de polpa Pão com pernil desfiado ao molho de tomate e cenoura	Arroz, feijão preto, farofa de ovo com cenoura, abobrinha refogada. Salada de tomate. Laranja	Suco de polpa Quibe de forno. Maçã	Arroz, feijão, carne de panela com cenoura. Purê de batata. Salada de alface

PERÍODO DA MANHÃ	Segunda 15/9	Terça 16/9	Quarta 17/9	Quinta 18/9	Sexta 19/9
Desjejum	Leite com chocolate 32% cacau	Leite com café e biscoito de polvilho	Leite com café e bolo de chocolate	Virado de banana	Leite com chocolate e pão com margarina.
Lanche	Macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate e cenoura. Salada de beterraba	Suco de polpa Pão com ovo mexido. Salada de frutas (banana, laranja, manga e morango)	Arroz, feijão, pernil em cubos acebolado. Purê de mandioquinha. Salada de couve	Suco de polpa Torta de frango com batata, cenoura, tomate. Maçã	Arroz, feijão, tilapia assada com batata. Brócolis cozido e salada de tomate

PERÍODO DA MANHÃ	Segunda 22/9	Terça 23/9	Quarta 24/9	Quinta 25/9	Sexta 26/9
Desjejum	Bebida lactea	Vitamina de morango com aveia	Leite com chocolate e bolo de maçã	Virado de banana	Leite com café e pão com margarina
Lanche	Macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura. Salada de brócolis	Suco de polpa Pão com carne moída ao molho de tomate e cenoura	Arroz, feijão, pernil acebolado. Couve refogada. Creme de milho. Melancia	Suco de polpa Quibe de forno. Maçã	Arroz, feijão preto, farofa de ovo com cenoura, abobrinha refogada. Salada de tomate.

*ALUNOS COM NECESSIDADES ALIMENTARES ESPECIAIS SERÃO ATENDIDOS CONFORME TABELA ANEXO I

*O cardápio poderá sofrer alterações de acordo com disponibilidade e controle geral dos alimentos.

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de SETEMBRO DE 2025

ESCOLAS CANTAGALO, CORONEL, BAÚ, SERRANO E TORTO ENSINO FUNDAMENTAL - MANHÃ

PERÍODO DA MANHÃ	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	29/9	30/9	1/10	2/10	3/10
Desjejum	Bebida lactea	Leite com café e biscoito de polvilho	Leite com café e bolo de banana	Vitamina de morango com aveia	Leite com café e pão com margarina
Lanche	Macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate e cenoura. Salada de beterraba	Suco de polpa Pão com ovo mexido. Salada de frutas (banana, laranja, manga e morango)	Arroz, feijão, estrogonofe de frango. Batata assada. Salada de alface e tomate	Suco de polpa Pão com pernil desfiado ao molho de tomate e cenoura. Maçã	Arroz, feijão, tilapia assada com tomate. Purê de mandioquinha. Salada de brócolis

COMPOSIÇÃO DO CARDAPIO MANHÃ

Recomendação FNDE (nº 06, de 08 de Maio de 2020): Art. 18 - V – atender no mínimo 30% (trinta por cento) das necessidades nutricionais diárias de energia e macronutrientes, quando ofertadas duas ou mais refeições, para os estudantes matriculados na educação básica, exceto creches em período parcial;

ENSINO FUNDAMENTAL MANHÃ (6 a 10 anos)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 15 a 30% do VET
Recomendação	493Kcal	68 a 80	12 a 18	14 a 19
Prescrição	530Kcal	75	22	16
Adequação	107%	100%	122%	100%

*O horário das refeições é definido de acordo com o cronograma de aulas, sempre respeitando o intervalo de 2h entre as refeições.

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de SETEMBRO DE 2025

ESCOLA CORONEL - ENSINO FUNDAMENTAL - TARDE

PERÍODO DA TARDE	Segunda 1/9	Terça 2/9	Quarta 3/9	Quinta 4/9	Sexta 5/9
Lanche I	Macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate e cenoura. Salada de beterraba	Suco de polpa Pão com ovo mexido. Salada de frutas (banana, laranja, manga e morango)	Arroz, feijoada leve (feijão preto e pernil). Couve refogada. Salada de cenoura	Suco de polpa Torta de frango com batata, cenoura, tomate. Maçã	Macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura. Salada de brócolis
Lanche II	Leite com café e biscoito de polvilho	Leite com chocolate e bolo de laranja	Leite com chocolate 32% cacau	Virado de banana	Leite com café e pão com margarina.

PERÍODO DA TARDE	Segunda 8/9	Terça 9/9	Quarta 10/9	Quinta 11/9	Sexta 12/9
Lanche I	Macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura. Salada de brócolis	Suco de polpa Pão com pernil desfiado ao molho de tomate e cenoura	Suco de polpa Torta de legumes com batata, cenoura, tomate e ovo cozido. Laranja	Suco de polpa Quibe de forno. Maçã	Macarrão ao alho e azeite, carne desfiada ao molho de tomate e cenoura
Lanche II	Vitamina de morango com aveia	Leite com chocolate e bolo de cenoura	Leite com chocolate 32% cacau	Virado de banana	Leite com café e pão com margarina.

PERÍODO DA TARDE	Segunda 15/9	Terça 16/9	Quarta 17/9	Quinta 18/9	Sexta 19/9
Lanche I	Macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate e cenoura. Salada de beterraba	Suco de polpa Pão com ovo mexido. Salada de frutas (banana, laranja, manga e morango)	Suco de polpa Quibe de forno	Suco de polpa Torta de frango com batata, cenoura, tomate. Maçã	Macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura
Lanche II	Leite com café e biscoito de polvilho	Leite com café e bolo de chocolate	Leite com chocolate 32% cacau	Virado de banana	Leite com chocolate e pão com margarina.

PERÍODO DA TARDE	Segunda 22/9	Terça 23/9	Quarta 24/9	Quinta 25/9	Sexta 26/9
Lanche I	Macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura. Salada de brócolis	Suco de polpa Pão com carne moída ao molho de tomate e cenoura	Suco de polpa Torta de frango com batata, cenoura, tomate. Melancia	Suco de polpa Quibe de forno. Maçã	Suco de polpa Cuscuz paulista com frango, ovo, tomate e milho
Lanche II	Bebida lactea	Leite com chocolate e bolo de maçã	Vitamina de morango com aveia	Virado de banana	Leite com café e pão com margarina

*ALUNOS COM NECESSIDADES ALIMENTARES ESPECIAIS SERÃO ATENDIDOS CONFORME TABELA ANEXO I

*O cardápio poderá sofrer alterações de acordo com disponibilidade e controle geral dos alimentos.

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de SETEMBRO DE 2025

ESCOLA CORONEL - ENSINO FUNDAMENTAL - TARDE

PERÍODO DA TARDE	Segunda 29/9	Terça 30/9	Quarta 1/10	Quinta 2/10	Sexta 3/10
Lanche I	Macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate e cenoura. Salada de beterraba	Suco de polpa Pão com ovo mexido. Salada de frutas (banana, laranja, manga e morango)	Arroz, feijão, estrogonofe de frango. Batata assada. Salada de alface e tomate	Suco de polpa Pão com pernil desfiado ao molho de tomate e cenoura. Maça	Macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura. Salada de brócolis
Lanche II	Bebida lactea	Leite com café e bolo de banana	Leite com café e biscoito de polvilho	Vitamina de morango com aveia	Leite com café e pão com margarina

COMPOSIÇÃO DO CARDAPIO TARDE

Recomendação FNDE (nº 06, de 08 de Maio de 2020): Art. 18 - V – atender no mínimo 30% (trinta por cento) das necessidades nutricionais diárias de energia e macronutrientes, quando ofertadas duas ou mais refeições, para os estudantes matriculados na educação básica, exceto creches em período parcial;

ENSINO FUNDAMENTAL (6 a 10 anos)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 15 a 30% do VET
Recomendação	493Kcal	68 a 80	12 a 18	14 a 19
Prescrição	505	68	21	17
Adequação	102%	100%	116%	100%

*O horário das refeições é definido de acordo com o cronograma de aulas, sempre respeitando o intervalo de 2h entre as refeições.

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de SETEMBRO DE 2025

ESCOLA DO SERRANO E TORTO - ENSINO INFANTIL - TARDE

PERÍODO DA TARDE	Segunda 1/9	Terça 2/9	Quarta 3/9	Quinta 4/9	Sexta 5/9
Lanche I	Macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate e cenoura. Salada de beterraba	Suco de polpa Pão com ovo mexido. Salada de frutas (banana, laranja, manga e morango)	Arroz, feijoada leve (feijão preto e pernil). Couve refogada. Salada de cenoura	Suco de polpa Torta de frango com batata, cenoura, tomate. Maçã	Macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura. Salada de brócolis
Lanche II	Leite com café e biscoito de polvilho	Leite com chocolate e bolo de laranja	Leite com chocolate 32% cacau	Virado de banana	Leite com café e pão com margarina.

PERÍODO DA TARDE	Segunda 8/9	Terça 9/9	Quarta 10/9	Quinta 11/9	Sexta 12/9
Lanche I	Macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura. Salada de brócolis	Suco de polpa Pão com pernil desfiado ao molho de tomate e cenoura	Suco de polpa Torta de legumes com batata, cenoura, tomate e ovo cozido. Laranja	Suco de polpa Quibe de forno. Maçã	Macarrão ao alho e azeite, carne desfiada ao molho de tomate e cenoura
Lanche II	Vitamina de morango com aveia	Leite com chocolate e bolo de cenoura	Leite com chocolate 32% cacau	Virado de banana	Leite com café e pão com margarina.

PERÍODO DA TARDE	Segunda 15/9	Terça 16/9	Quarta 17/9	Quinta 18/9	Sexta 19/9
Lanche I	Macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate e cenoura. Salada de beterraba	Suco de polpa Pão com ovo mexido. Salada de frutas (banana, laranja, manga e morango)	Suco de polpa Quibe de forno	Suco de polpa Torta de frango com batata, cenoura, tomate. Maçã	Macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura
Lanche II	Leite com café e biscoito de polvilho	Leite com café e bolo de chocolate	Leite com chocolate 32% cacau	Virado de banana	Leite com chocolate e pão com margarina.

PERÍODO DA TARDE	Segunda 22/9	Terça 23/9	Quarta 24/9	Quinta 25/9	Sexta 26/9
Lanche I	Macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura. Salada de brócolis	Suco de polpa Pão com carne moída ao molho de tomate e cenoura	Suco de polpa Torta de frango com batata, cenoura, tomate. Melancia	Suco de polpa Quibe de forno. Maçã	Suco de polpa Cuscuz paulista com frango, ovo, tomate e milho
Lanche II	Bebida lactea	Leite com chocolate e bolo de maçã	Vitamina de morango com aveia	Virado de banana	Leite com café e pão com margarina

*ALUNOS COM NECESSIDADES ALIMENTARES ESPECIAIS SERÃO ATENDIDOS CONFORME TABELA ANEXO I

*O cardápio poderá sofrer alterações de acordo com disponibilidade e controle geral dos alimentos.

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de SETEMBRO DE 2025

ESCOLA DO SERRANO E TORTO - ENSINO INFANTIL - TARDE

PERÍODO DA TARDE	Segunda 29/9	Terça 30/9	Quarta 1/10	Quinta 2/10	Sexta 3/10
Lanche I	Macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate e cenoura. Salada de beterraba	Suco de polpa Pão com ovo mexido. Salada de frutas (banana, laranja, manga e morango)	Arroz, feijão, estrogonofe de frango. Batata assada. Salada de alface e tomate	Suco de polpa Pão com pernil desfiado ao molho de tomate e cenoura. Maçã	Macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura. Salada de brócolis
Lanche II	Bebida lactea	Leite com café e bolo de banana	Leite com café e biscoito de polvilho	Vitamina de morango com aveia	Leite com café e pão com margarina

COMPOSIÇÃO DO CARDAPIO TARDE

INFANTIL:

Recomendação FNDE (nº 06, de 08 de Maio de 2020):

Art. 18 - I – Atender no mínimo 30% (trinta por cento) das necessidades nutricionais de energia, macronutrientes e micronutrientes prioritários, distribuídas em, no mínimo, duas refeições, para as creches em período parcial;

PRÉ ESCOLA (4 a 5 anos)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 15 a 30% do VET
Recomendação	405Kcal	56 a 66	10 a 15	11 a 16
Prescrição	401	57	17	12
Adequação	99%	100%	113%	100%

*O horário das refeições é definido de acordo com o cronograma de aulas, sempre respeitando o intervalo de 2h entre as refeições.

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de SETEMBRO DE 2025

EMEF BAIRRO QUILOMBO - INFANTIL MANHÃ

PERÍODO DA MANHÃ	Segunda 1/9	Terça 2/9	Quarta 3/9	Quinta 4/9	Sexta 5/9
Desjejum	Leite com chocolate 32% cacau	Leite com café e biscoito de polvilho	Leite com chocolate e bolo de laranja	Virado de banana	Leite com café e pão com margarina.
Lanche	Macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate e cenoura. Salada de beterraba	Suco de polpa Pão com ovo mexido. Salada de frutas (banana, laranja, manga e morango)	Arroz, feijoadade leve (feijão preto e pernil). Couve refogada. Salada de cenoura	Suco de polpa Torta de frango com batata, cenoura, tomate. Maçã	Arroz, feijão, tilapia assada com batata. Salada de alface e tomate

PERÍODO DA MANHÃ	Segunda 8/9	Terça 9/9	Quarta 10/9	Quinta 11/9	Sexta 12/9
Desjejum	Leite com chocolate 32% cacau	Vitamina de morango com aveia	Leite com chocolate e bolo de cenoura	Virado de banana	Leite com café e pão com margarina.
Lanche	Macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura. Salada de brócolis	Suco de polpa Pão com pernil desfiado ao molho de tomate e cenoura	Arroz, feijão preto, farofa de ovo com cenoura, abobrinha refogada. Salada de tomate. Laranja	Suco de polpa Quibe de forno. Maçã	Arroz, feijão, carne de panela com cenoura. Purê de batata. Salada de alface

PERÍODO DA MANHÃ	Segunda 15/9	Terça 16/9	Quarta 17/9	Quinta 18/9	Sexta 19/9
Desjejum	Leite com chocolate 32% cacau	Leite com café e biscoito de polvilho	Leite com café e bolo de chocolate	Virado de banana	Leite com chocolate e pão com margarina.
Lanche	Macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate e cenoura. Salada de beterraba	Suco de polpa Pão com ovo mexido. Salada de frutas (banana, laranja, manga e morango)	Arroz, feijão, pernil em cubos acebolado. Purê de mandioquinha. Salada de couve	Suco de polpa Torta de frango com batata, cenoura, tomate. Maçã	Arroz, feijão, tilapia assada com batata. Brócolis cozido e salada de tomate

PERÍODO DA MANHÃ	Segunda 22/9	Terça 23/9	Quarta 24/9	Quinta 25/9	Sexta 26/9
Desjejum	Bebida lactea	Vitamina de morango com aveia	Leite com chocolate e bolo de maçã	Virado de banana	Leite com café e pão com margarina
Lanche	Macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura. Salada de brócolis	Suco de polpa Pão com carne moída ao molho de tomate e cenoura	Arroz, feijão, pernil acebolado. Couve refogada. Creme de milho. Melancia	Suco de polpa Quibe de forno. Maçã	Arroz, feijão preto, farofa de ovo com cenoura, abobrinha refogada. Salada de tomate

*ALUNOS COM NECESSIDADES ALIMENTARES ESPECIAIS SERÃO ATENDIDOS CONFORME TABELA ANEXO I

*O cardápio poderá sofrer alterações de acordo com disponibilidade e controle geral dos alimentos.

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de SETEMBRO DE 2025

EMEF BAIRRO QUILOMBO - INFANTIL MANHÃ

PERÍODO DA MANHÃ	Segunda 29/9	Terça 30/9	Quarta 1/10	Quinta 2/10	Sexta 3/10
Desjejum	Bebida lactea	Leite com café e biscoito de polvilho	Leite com café e bolo de banana	Vitamina de morango com aveia	Leite com café e pão com margarina
Lanche	Macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate e cenoura. Salada de beterraba	Suco de polpa Pão com ovo mexido. Salada de frutas (banana, laranja, manga e morango)	Arroz, feijão, estrogonofe de frango. Batata assada. Salada de alface e tomate	Suco de polpa Pão com pernil desfiado ao molho de tomate e cenoura. Maçã	Arroz, feijão, tilapia assada com tomate. Purê de mandioquinha. Salada de brócolis

COMPOSIÇÃO DO CARDAPIO MANHÃ

INFANTIL :

Recomendação FNDE (nº 06, de 08 de Maio de 2020):

Art. 18 - I – Atender no mínimo 30% (trinta por cento) das necessidades nutricionais de energia, macronutrientes e micronutrientes prioritários, distribuídas em, no mínimo, duas refeições, para as creches em período parcial;

PRÉ ESCOLA (4 a 5 anos)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 15 a 30% do VET
Recomendação	405Kcal	56 a 66	10 a 15	11 a 16
Prescrição	428Kcal	62	16	13
Adequação	105%	100%	106%	100%

*O horário das refeições é definido de acordo com o cronograma de aulas, sempre respeitando o intervalo de 2h entre as refeições.

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de SETEMBRO DE 2025

EMEF BAIRRO QUILOMBO - FUNDAMENTAL E INFANTIL TARDE

PERÍODO DA TARDE	Segunda 1/9	Terça 2/9	Quarta 3/9	Quinta 4/9	Sexta 5/9
Lanche I	Macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate e cenoura. Salada de beterraba	Suco de polpa Pão com ovo mexido. Salada de frutas (banana, laranja, manga e morango)	Arroz, feijoada leve (feijão preto e pernil). Couve refogada. Salada de cenoura	Suco de polpa Torta de frango com batata, cenoura, tomate. Maçã	Macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura. Salada de brócolis
Lanche II	Leite com café e biscoito de polvilho	Leite com chocolate e bolo de laranja	Leite com chocolate 32% cacau	Virado de banana	Leite com café e pão com margarina.

PERÍODO DA TARDE	Segunda 8/9	Terça 9/9	Quarta 10/9	Quinta 11/9	Sexta 12/9
Lanche I	Macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura. Salada de brócolis	Suco de polpa Pão com pernil desfiado ao molho de tomate e cenoura	Suco de polpa Torta de legumes com batata, cenoura, tomate e ovo cozido. Laranja	Suco de polpa Quibe de forno. Maçã	Macarrão ao alho e azeite, carne desfiada ao molho de tomate e cenoura
Lanche II	Vitamina de morango com aveia	Leite com chocolate e bolo de cenoura	Leite com chocolate 32% cacau	Virado de banana	Leite com café e pão com margarina.

PERÍODO DA TARDE	Segunda 15/9	Terça 16/9	Quarta 17/9	Quinta 18/9	Sexta 19/9
Lanche I	Macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate e cenoura. Salada de beterraba	Suco de polpa Pão com ovo mexido. Salada de frutas (banana, laranja, manga e morango)	Suco de polpa Quibe de forno	Suco de polpa Torta de frango com batata, cenoura, tomate. Maçã	Macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura
Lanche II	Leite com café e biscoito de polvilho	Leite com café e bolo de chocolate	Leite com chocolate 32% cacau	Virado de banana	Leite com chocolate e pão com margarina.

PERÍODO DA TARDE	Segunda 22/9	Terça 23/9	Quarta 24/9	Quinta 25/9	Sexta 26/9
Lanche I	Macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura. Salada de brócolis	Suco de polpa Pão com carne moída ao molho de tomate e cenoura	Suco de polpa Torta de frango com batata, cenoura, tomate. Melancia	Suco de polpa Quibe de forno. Maçã	Suco de polpa Cuscuz paulista com frango, ovo, tomate e milho
Lanche II	Bebida lactea	Leite com chocolate e bolo de maçã	Vitamina de morango com aveia	Virado de banana	Leite com café e pão com margarina

*ALUNOS COM NECESSIDADES ALIMENTARES ESPECIAIS SERÃO ATENDIDOS CONFORME TABELA ANEXO I

*O cardápio poderá sofrer alterações de acordo com disponibilidade e controle geral dos alimentos.

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de SETEMBRO DE 2025

EMEF BAIRRO QUILOMBO - FUNDAMENTAL E INFANTIL TARDE

PERÍODO DA TARDE	Segunda 29/9	Terça 30/9	Quarta 1/10	Quinta 2/10	Sexta 3/10
Lanche I	Macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate e cenoura. Salada de beterraba	Suco de polpa Pão com ovo mexido. Salada de frutas (banana, laranja, manga e morango)	Arroz, feijão, estrogonofe de frango. Batata assada. Salada de alface e tomate	Suco de polpa Pão com pernil desfiado ao molho de tomate e cenoura. Maçã	Macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura. Salada de brócolis
Lanche II	Bebida lactea	Leite com café e bolo de banana	Leite com café e biscoito de polvilho	Vitamina de morango com aveia	Leite com café e pão com margarina

COMPOSIÇÃO DO CARDÁPIO TARDE

FUNDAMENTAL:

Recomendação FNDE (nº 06, de 08 de Maio de 2020): Art. 18 - V – atender no mínimo 30% (trinta por cento) das necessidades nutricionais diárias de energia e macronutrientes, quando ofertadas duas ou mais refeições, para os estudantes matriculados na educação básica, exceto creches em período parcial;

ENSINO FUNDAMENTAL (6 a 10 anos)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 15 a 30% do VET
Recomendação	493Kcal	68 a 80	12 a 18	14 a 19
Prescrição	505	68	21	17
Adequação	102%	100%	116%	100%

INFANTIL:

Recomendação FNDE (nº 06, de 08 de Maio de 2020):

Art. 18 - I – Atender no mínimo 30% (trinta por cento) das necessidades nutricionais de energia, macronutrientes e micronutrientes prioritários, distribuídas em, no mínimo, duas refeições, para as creches em período parcial;

PRÉ ESCOLA (4 a 5 anos)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 15 a 30% do VET
Recomendação	405Kcal	56 a 66	10 a 15	11 a 16
Prescrição	401	57	17	12
Adequação	99%	100%	113%	100%

*O horário das refeições é definido de acordo com o cronograma de aulas, sempre respeitando o intervalo de 2h entre as refeições.

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de SETEMBRO DE 2025

EMEF BAIRRO PAIOL GRANDE - FUNDAMENTAL E INFANTIL MANHÃ E TARDE E INFANTIL INTEGRAL

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	1/9	2/9	3/9	4/9	5/9
Desjejum	Leite com chocolate 32% cacau	Leite com chocolate e bolo de laranja	Leite com café e biscoito de polvilho	Virado de banana	Leite com café e pão com margarina
Lanche da manhã	Arroz, feijão macarrão ao alho e azeite, carne moida ao molho de tomate e cenoura. Salada de beterraba	Arroz, feijão, estrogonofe de frango. Batata assada. Salada de brócolis	Arroz, feijoada leve (feijão preto e pernil). Couve refogada. Salada de cenoura	Arroz, feijão, farofa de ovo com cenoura, abobrinha refogada. Salada de tomate. Maçã	Arroz, feijão, tilapia assada com batata. Salada de alface e tomate
Lanche I	Maçã	Salada de frutas (banana, laranja, manga e morango)	Virado de banana	Vitamina de morango com aveia	Banana
Lanche da tarde II	Leite com chocolate e bolo de laranja	Suco de polpa Pão com ovo mexido	Suco de polpa Quibe de forno.	Suco de polpa Torta de frango com batata, cenoura, tomate	Macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura. Salada de brócolis

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	8/9	9/9	10/9	11/9	12/9
Desjejum	Leite com chocolate 32% cacau	Leite com chocolate e bolo de cenoura	Vitamina de morango com aveia	Salada de frutas (banana, laranja, manga e morango)	Leite com café e pão com margarina.
Lanche	Arroz; feijão macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura. Salada de brócolis	Arroz, feijão, carne de panela com cenoura. Purê de batata. Salada de alface.	Arroz, feijão preto, farofa de ovo com cenoura, abobrinha refogada. Salada de tomate. Laranja	Arroz, feijão, pernil em cubos acebolado. Virado de couve. Quibebe (abóbora)	Arroz, feijão, frango grelhado. Salada de chuchu com tomate. Maçã
Lanche I	Maçã	Virado de banana	Leite com chocolate 32% cacau	Leite com café e biscoito de polvilho	Banana
Lanche da tarde II	Leite com café e bolo de cenoura	Suco de polpa Pão com pernil desfiado ao molho de tomate e cenoura	Suco de polpa Torta de legumes com ovo, batata, cenoura e tomate	Suco de polpa Quibe de forno	Macarrão ao alho e azeite, carne desfiada ao molho de tomate e cenoura

***ALUNOS COM NECESSIDADES ALIMENTARES ESPECIAIS SERÃO ATENDIDOS CONFORME TABELA ANEXO I**

***O cardápio poderá sofrer alterações de acordo com disponibilidade e controle geral dos alimentos.**

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de SETEMBRO DE 2025

EMEF BAIRRO PAIOL GRANDE - FUNDAMENTAL E INFANTIL MANHÃ E TARDE E INFANTIL INTEGRAL

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	15/9	16/9	17/9	18/9	19/9
Desjejum	Leite com chocolate 32% cacau	Leite com café e bolo de chocolate	Leite com café e biscoito de polvilho	Virado de banana	Leite com chocolate e pão com margarina
Lanche	Arroz, feijão macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate e cenoura. Salada de beterraba	Arroz, feijão, frango grelhado. Quibebe (abóbora). Salada de pepino	Arroz, feijão, pernil em cubos acebolado. Purê de mandioquinha. Salada de couve	Arroz, feijão, ovo mexido, cenoura cozida. Salada de chuchu. Maçã	Arroz, feijão, tilapia assada com batata. Brócolis cozido e salada de tomate
Lanche I	Maçã	Salada de frutas (banana, laranja, manga e morango)	Virado de banana	Vitamina de morango com aveia	Banana
Lanche da tarde II	Leite com café e bolo de chocolate	Suco de polpa Pão com ovo mexido	Suco de polpa Quibe de forno	Suco de polpa Torta de frango com batata, cenoura, tomate	Macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	22/9	23/9	24/9	25/9	26/9
Desjejum	Bebida lactea	Leite com chocolate e bolo de maçã	Vitamina de morango com aveia	Salada de frutas (banana, laranja, manga e morango)	Leite com café e pão com margarina
Lanche	Arroz, feijão macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura. Salada de brócolis	Arroz, feijão, estrogonofe de carne bovina. Batata assada. Salada de alface e tomate	Arroz, feijão, pernil acebolado. Cerveja refogada. Creme de milho. Melancia	Arroz, feijão, frango com batata. Salada de beterraba	Arroz, feijão preto, farofa de ovo com cenoura, abobrinha refogada. Salada de tomate
Lanche I	Maçã	Bebida lactea	Virado de banana	Leite com café e biscoito de polvilho	Melancia
Lanche da tarde II	Leite com café e bolo de maçã	Suco de polpa Pão com carne moída ao molho de tomate e cenoura	Suco de polpa Torta de frango com batata, cenoura, tomate	Suco de polpa Quibe de forno	Suco de polpa Cuscuz paulista com frango,ovo, tomate e milho

***ALUNOS COM NECESSIDADES ALIMENTARES ESPECIAIS SERÃO ATENDIDOS CONFORME TABELA ANEXO I**

***O cardápio poderá sofrer alterações de acordo com disponibilidade e controle geral dos alimentos.**

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de SETEMBRO DE 2025

EMEF BAIRRO PAIOL GRANDE - FUNDAMENTAL E INFANTIL MANHÃ E TARDE E INFANTIL INTEGRAL

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	29/9	30/9	1/10	2/10	3/10
Desjejum	Bebida lactea	Leite com café e bolo de banana	Leite com café e biscoito de polvilho	Virado de banana	Leite com café e pão com margarina
Lanche	Arroz, feijão, Macarrão ao alho e azeite, carne moida ao molho de tomate e cenoura. Salada de beterraba	Arroz, feijoada leve (feijão preto e pernil). Couve refogada. Salada de cenoura	Arroz, feijão, estrogonofe de frango. Batata assada. Salada de alface e tomate. Maçã	Arroz, feijão, ovo mexido, cenoura cozida. Salada de chuchu.	Arroz, feijão, tilapia assada com tomate. Purê de mandioquinha. Salada de brócolis
Lanche I	Maçã	Salada de frutas (banana, laranja, manga e morango)	Bebida lactea	Vitamina de morango com aveia	Banana
Lanche da tarde II	Leite com café e bolo de banana	Suco de polpa Pão com ovo mexido.	Suco de polpa Quibe de forno	Suco de polpa Pão com pernil desfiado ao molho de tomate e cenoura	Macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura. Salada de brócolis

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de SETEMBRO DE 2025

EMEF BAIRRO PAIOL GRANDE - FUNDAMENTAL E INFANTIL MANHÃ E TARDE E INFANTIL INTEGRAL

COMPOSIÇÃO DO CARDÁPIO

INFANTIL:

Recomendação FNDE (nº 06, de 08 de Maio de 2020):

Art. 18 - I – Atender no mínimo 30% (trinta por cento) das necessidades nutricionais de energia, macronutrientes e micronutrientes prioritários, distribuídas em, no mínimo, duas refeições, para as creches em período parcial;

PRÉ ESCOLA (4 a 5 anos)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 15 a 30% do VET
Recomendação	405Kcal	56 a 66	10 a 15	11 a 16
Prescrição	401	57	17	12
Adequação	99%	100%	113%	100%

Recomendação FNDE (nº 06, de 08 de Maio de 2020):

Art. 18 - II – Atender no mínimo 70% (setenta por cento) das necessidades nutricionais de energia, macronutrientes e micronutrientes prioritários, distribuídas em, no mínimo, três refeições, para as creches em período integral;

PRÉ ESCOLA (4 a 5 anos)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 15 a 30% do VET
Recomendação	945Kcal	130 a 154	24 a 35	26 a 37
Prescrição	977	144	38	29
Adequação	103%	100%	108%	100%

FUNDAMENTAL:

Recomendação FNDE (nº 06, de 08 de Maio de 2020): Art. 18 - V – atender no mínimo 30% (trinta por cento) das necessidades nutricionais diárias de energia e macronutrientes, quando ofertadas duas ou mais refeições, para os estudantes matriculados na educação básica, exceto creches em período parcial;

ENSINO FUNDAMENTAL (6 a 10 anos)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 15 a 30% do VET
Recomendação	493Kcal	68 a 80	12 a 18	14 a 19
Prescrição	536kcal	86	22	17
Adequação	108%	107%	122%	100%

*O horário das refeições é definido de acordo com o cronograma de aulas, sempre respeitando o intervalo de 2h entre as refeições.

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de SETEMBRO DE 2025

CEMEI MARIA CLEIDSON MENDES ROBERTI

BERÇÁRIOS e MATERNAL I

PARCIAL/ INTEGRAL	Segunda 1/9	Terça 2/9	Quarta 3/9	Quinta 4/9	Sexta 5/9
Entrada	Mamão	Bolo de laranja (sem açúcar)	Leite e biscoito de polvilho	Virado de banana (sem açúcar)	Suco de polpa Pão com ovo mexido
Refeição I	Arroz, feijão macarrão ao alho e azeite, carne moida ao molho de tomate e cenoura. Salada de beterraba	Arroz, feijão, frango desfiado. Purê de batata. Salada de brócolis	Arroz, feijão preto, pernil desfiado. Couve refogada. Salada de cenoura. Abacaxi	Arroz, feijão, ovo mexido, cenoura e abobrinha refogadas. Salada de tomate. Maça	Arroz, feijão, tilapia assada com batata. Salada de alface e tomate
Mamadeira	Leite de vaca pasteurizado integral ou fórmula (indicada e trazida pela família)				
Lanche I	Maça	Salada de frutas (banana, laranja, manga e morango)	Mamão	Manga	Banana
Refeição II	Bolo de laranja (sem açúcar)	Suco de polpa Pão com ovo mexido	Suco de polpa Quibe de forno.	Suco de polpa Torta de frango com batata, cenoura, tomate	Macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura. S. brócolis

PARCIAL/ INTEGRAL	Segunda 8/9	Terça 9/9	Quarta 10/9	Quinta 11/9	Sexta 12/9
Entrada	Mamão	Bolo de cenoura (sem açúcar)	Panqueca de banana com ovo e aveia (sem açúcar)	Leite e biscoito de polvilho	Suco de polpa Pão com ovo mexido
Refeição I	Arroz; feijão macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura. Salada de brócolis	Arroz, feijão, carne de panela com cenoura. Purê de batata. Salada de alface.	Arroz, feijão preto, fovo mexido, cenoura e abobrinha refogadas. Salada de tomate. Laranja lima	Arroz, feijão, pernil em cubos acebolado. Couve refogada. Quibebe (abóbora)	Arroz, feijão, frango grelhado. Salada de chuchu com tomate. Maça
Mamadeira	Leite de vaca pasteurizado integral ou fórmula (indicada e trazida pela família)				
Lanche I	Maça	Manga	Mamão	Salada de frutas (banana, laranja, manga e morango)	Banana
Refeição II	Bolo de cenoura (sem açúcar)	Suco de polpa Pão com pernil desfiado ao molho de tomate e cenoura	Suco de polpa Torta de legumes com ovo, batata, cenoura e tomate	Suco de polpa Quibe de forno	Macarrão ao alho e azeite, carne desfiada ao molho de tomate e cenoura

*Não adicionar sal e/ou leite no preparo dos alimentos para as crianças com até 12 meses.

*Adequar consistência e temperatura da comida, conforme idade e desenvolvimento de cada criança.

*Para crianças de até 12 meses, não oferecer suco, oferecer água em substituição. Não oferecer folha crua, somente refogada bem picada

*Oferecer o pão francês somente para crianças com 9 meses ou mais.

*É proibida a oferta de alimentos ultraprocessados e a adição de açúcar, mel e adoçante nas preparações culinárias e bebidas para as crianças até três anos de idade, conforme orientações do FNDE.

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de SETEMBRO DE 2025

CEMEI MARIA CLEIDSON MENDES ROBERTI

BERÇÁRIOS e MATERNAL I

PARCIAL/ INTEGRAL	Segunda 15/9	Terça 16/9	Quarta 17/9	Quinta 18/9	Sexta 19/9
Lanche I	Manga	Bolo banana (sem açúcar)	Leite e biscoito de polvilho	Virado de banana (sem açúcar)	Suco de polpa Pão com ovo mexido
Refeição I	Arroz, feijão macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate e cenoura. Salada de beterraba	Arroz, feijão, frango grelhado. Quiabebe (abóbora). Salada de pepino	Arroz, feijão, pernil em cubos desfiado. Purê de mandioquinha. Salada de couve. Abacaxi	Arroz, feijão, ovo mexido, cenoura cozida. Salada de chuchu. Maçã	Arroz, feijão, tilapia assada com batata. Brócolis cozido e salada de tomate
Mamadeira	Leite de vaca pasteurizado integral ou fórmula (trazida pela família)				
Lanche I	Maçã	Salada de frutas (banana, laranja, manga e morango)	Melancia	Mamão	Banana
Refeição II	Bolo de banana (sem açúcar)	Suco de polpa Pão com ovo mexido	Suco de polpa Quibe de forno	Suco de polpa Torta de frango com batata, cenoura, tomate	Macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura

PARCIAL/ INTEGRAL	Segunda 22/9	Terça 23/9	Quarta 24/9	Quinta 25/9	Sexta 26/9
Entrada	Manga	Bolo de maçã (sem açúcar)	Panqueca de banana com ovo e aveia (sem açúcar)	Leite com biscoito de polvilho	Suco de polpa Pão com ovo mexido
Refeição I	Arroz, feijão macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura. S. de brócolis	Arroz, feijão, carne bovina desfiada. Purê de batata. Salada de alface e tomate	Arroz, feijão, pernil desfiado. Couve refogada. Creme de milho. Melancia	Arroz, feijão, frango com batata. Salada de beterraba	Arroz, feijão preto, ovo mexido, cenoura e abobrinha refogadas. Salada de tomate. Laranja lima
Mamadeira	Leite de vaca pasteurizado integral ou fórmula (indicada e trazida pela família)				
Lanche I	Maçã	Mamão	Manga	Salada de frutas (banana, laranja, manga e morango)	Banana
Refeição II	Bolo de maçã (sem açúcar)	Suco de polpa Pão com carne moída ao molho de tomate e cenoura	Suco de polpa Torta de frango com batata, cenoura, tomate	Suco de polpa Quibe de forno	Suco de polpa Cuscuz paulista com frango, ovo, tomate e milho

*Não adicionar sal e/ou leite no preparo dos alimentos para as crianças com até 12 meses.

*Adequar consistência e temperatura da comida, conforme idade e desenvolvimento de cada criança.

*Para crianças de até 12 meses, não oferecer suco, oferecer água em substituição. Não oferecer folha crua, somente refogada bem picada

*Oferecer o pão francês somente para crianças com 9 meses ou mais.

*É proibida a oferta de alimentos ultraprocessados e a adição de açúcar, mel e adoçante nas preparações culinárias e bebidas para as crianças até três anos de idade, conforme orientações do FNDE.

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de SETEMBRO DE 2025

CEMEI MARIA CLEIDSON MENDES ROBERTI

BERÇÁRIOS e MATERNAL I

PARCIAL/ INTEGRAL	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	29/9	30/9	1/10	2/10	3/10
Desjejum	Mamão	Bolo banana (sem açúcar)	Leite com café e biscoito de polvilho	Virado de banana (sem açúcar)	Suco de polpa Pão com ovo mexido
Lanche	Arroz, feijão, Macarrão ao alho e azeite, carne moida ao molho de tomate e cenoura. Salada de beterraba	Arroz, feijão preto, pernil desfiado. Couve refogada. Salada de cenoura	Arroz, feijão, frango desfiado. Batata assada. Salada de alface e tomate. Maçã	Arroz, feijão, ovo mexido, cenoura cozida. Salada de chuchu.	Arroz, feijão, tilapia assada com tomate. Purê de mandioquinha. Salada de brócolis
Lanche I	Maçã	Salada de frutas (banana, laranja, manga e morango)	Mamão	Manga	Melancia
Lanche da tarde II	Bolo banana (sem açúcar)	Suco de polpa Pão com ovo mexido.	Suco de polpa Quibe de forno	Suco de polpa Pão com pernil desfiado ao molho de tomate e cenoura	Macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura. Salada de brócolis

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de SETEMBRO DE 2025

COMPOSIÇÃO DO CARDAPIO

VALORES DE REFERÊNCIA PARA ENERGIA, MACRONUTRIENTES E MICRONUTRIENTES

Recomendação FNDE (nº 06, de 08 de Maio de 2020):

Art. 18 - I – Atender no mínimo 30% (trinta por cento) das necessidades nutricionais de energia, macronutrientes e micronutrientes prioritários, distribuídas em, no mínimo, duas refeições, para as creches em período parcial;

CRECHE (7-11 meses)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 25 a 35% do VET	Vitaminas		Minerais	
					A (mcg)	C (mcg)	Calcio (mg)	Ferro (mg)
Recomend.	203	28 a 33	5 a 8	6 a 8	150	15	78	2
Prescrição	203	31	10	4	100	10,00	31,00	1,60
Adequação	100%	100%	125%	100%	66%	66%	39%	80%

CRECHE (1 a 3 anos)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 25 a 35% do VET	Vitaminas		Minerais	
					A (mcg)	C (mcg)	Calcio (mg)	Ferro (mg)
Recomend.	304	42 a 49	8 a 11	8 a 12	63	4	150	1
Prescrição	322	49	16	7	157	13	70,00	2,4
Adequação	105%	100%	145%	87%	249%	325%	46%	240%

Recomendação FNDE (nº 06, de 08 de Maio de 2020):

Art. 18 - II – Atender no mínimo 70% (setenta por cento) das necessidades nutricionais de energia, macronutrientes e micronutrientes prioritários, distribuídas em, no mínimo, três refeições, para as creches em período integral;

CRECHE (7-11 meses)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 25 a 35% do VET	Vitaminas		Minerais	
					A (mcg)	C (mcg)	Calcio (mg)	Ferro (mg)
Recomend.	475	65 a 77	12 a 18	13 a 18	350	35	182	5
Prescrição	478	74	21	12	285,00	39,00	100,00	3,3
Adequação	100%	100%	116%	92%	81%	111%	54%	66%

CRECHE (1 a 3 anos)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 25 a 35% do VET	Vitaminas		Minerais	
					A (mcg)	C (mcg)	Calcio (mg)	Ferro (mg)
Recomend.	708	97 a 115	18 a 27	20 a 28	147	9	350	2
Prescrição	743	114	27	21	336	45	228	4
Adequação	104%	100%	100%	100%	228%	500%	65%	200%

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de SETEMBRO DE 2025

CEMEI MARIA CLEIDSON MENDES ROBERTI

MATERNAL II - PARCIAL E INTEGRAL

PARCIAL/ INTEGRAL	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	1/9	2/9	3/9	4/9	5/9
Desjejum	Leite com chocolate 32% cacau	Leite com chocolate e bolo de laranja	Leite com café e biscoito de polvilho	Virado de banana	Leite com café e pão com margarina
Almoço	Arroz, feijão macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate e cenoura. Salada de beterraba	Arroz, feijão, estrogonofe de frango. Batata assada. Salada de brócolis	Arroz, feijoada leve (feijão preto e pernil). Couve refogada. Salada de cenoura. Abacaxi	Arroz, feijão, farofa de ovo com cenoura, abobrinha refogada. Salada de tomate. Maçã	Arroz, feijão, tilapia assada com batata. Salada de alface e tomate
Lanche I	Maçã	Salada de frutas (banana, laranja, manga e morango)	Mamão	Vitamina de morango com aveia	Banana
Lanche da tarde II	Leite com chocolate e bolo de laranja	Suco de polpa Pão com ovo mexido	Suco de polpa Quibe de forno.	Suco de polpa Torta de frango com batata, cenoura, tomate	Macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura. Salada de brócolis

PARCIAL/ INTEGRAL	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	8/9	9/9	10/9	11/9	12/9
Desjejum	Leite com chocolate 32% cacau	Leite com chocolate e bolo de cenoura	Vitamina de morango com aveia	Salada de frutas (banana, laranja, manga e morango)	Leite com café e pão com margarina
Almoço	Arroz; feijão macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura. Salada de brócolis	Arroz, feijão, carne de panela com cenoura. Purê de batata. Salada de alface.	Arroz, feijão preto, farofa de ovo com cenoura, abobrinha refogada. Salada de tomate. Laranja	Arroz, feijão, pernil em cubos acebolado. Virado de couve. Quibebe (abóbora)	Arroz, feijão, frango grelhado. Salada de chuchu com tomate. Maçã
Lanche I	Maçã	Manga	Virado de banana	Leite com café e biscoito de polvilho	Banana
Lanche da tarde II	Leite com café e bolo de cenoura	Suco de polpa Pão com pernil desfiado ao molho de tomate e cenoura	Suco de polpa Torta de legumes com ovo, batata, cenoura e tomate	Suco de polpa Quibe de forno	Macarrão ao alho e azeite, carne desfiada ao molho de tomate e cenoura

***ALUNOS COM NECESSIDADES ALIMENTARES ESPECIAIS SERÃO ATENDIDOS CONFORME TABELA ANEXO I**

***O cardápio poderá sofrer alterações de acordo com disponibilidade e controle geral dos alimentos.**

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de SETEMBRO DE 2025

CEMEI MARIA CLEIDSON MENDES ROBERTI

MATERNAL II - PARCIAL E INTEGRAL

PARCIAL/ INTEGRAL	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	15/9	16/9	17/9	18/9	19/9
Desjejum	Leite com chocolate 32% cacau	Leite com café e bolo de chocolate	Leite com café e biscoito de polvilho	Virado de banana	Leite com chocolate e pão com margarina
Lanche	Arroz, feijão macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate e cenoura. Salada de beterraba	Arroz, feijão, frango grelhado. Quibebe (abóbora). Salada de pepino	Arroz, feijão, pernil em cubos acebolado. Purê de mandioquinha. Salada de couve. Abacaxi	Arroz, feijão, ovo mexido, cenoura cozida. Salada de chuchu. Maçã	Arroz, feijão, tilapia assada com batata. Brócolis cozido e salada de tomate
Lanche I	Maçã	Salada de frutas (banana, laranja, manga e morango)	Melancia	Vitamina de morango com aveia	Banana
Lanche da tarde II	Leite com café e bolo de chocolate	Suco de polpa Pão com ovo mexido	Suco de polpa Quibe de forno	Suco de polpa Torta de frango com batata, cenoura, tomate	Macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura

PARCIAL/ INTEGRAL	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	22/9	23/9	24/9	25/9	26/9
Desjejum	Bebida lactea	Leite com chocolate e bolo de maçã	Virado de banana	Salada de frutas (banana, laranja, manga e morango)	Leite com café e pão com margarina
Lanche	Arroz, feijão macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura. Salada de brócolis	Arroz, feijão, estrogonofe de carne bovina. Batata assada. Salada de alface e tomate	Arroz, feijão, pernil acebolado. Couve refogada. Creme de milho. Melancia	Arroz, feijão, frango com batata. Salada de beterraba	Arroz, feijão preto, farofa de ovo com cenoura, abobrinha refogada. Salada de tomate. Laranja
Lanche I	Maçã	Bebida lactea	Manga	Leite com café e biscoito de polvilho	Banana
Lanche da tarde II	Leite com café e bolo de maçã	Suco de polpa Pão com carne moída ao molho de tomate e cenoura	Suco de polpa Torta de frango com batata, cenoura, tomate	Suco de polpa Quibe de forno	Suco de polpa Cuscuz paulista com frango, ovo, tomate e milho

***ALUNOS COM NECESSIDADES ALIMENTARES ESPECIAIS SERÃO ATENDIDOS CONFORME TABELA ANEXO I**

***O cardápio poderá sofrer alterações de acordo com disponibilidade e controle geral dos alimentos.**

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de SETEMBRO DE 2025

CEMEI MARIA CLEIDSON MENDES ROBERTI

MATERNAL II - PARCIAL E INTEGRAL

PARCIAL/ INTEGRAL	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	29/9	30/9	1/10	2/10	3/10
Desjejum	Bebida lactea	Leite com café e bolo de banana	Leite com café e biscoito de polvilho	Virado de banana	Leite com café e pão com margarina
Lanche	Arroz, feijão, Macarrão ao alho e azeite, carne moida ao molho de tomate e cenoura. Salada de beterraba	Arroz, feijoada leve (feijão preto e pernil). Couve refogada. Salada de cenoura	Arroz, feijão, estrogonofe de frango. Batata assada. Salada de alface e tomate. Maçã	Arroz, feijão, ovo mexido, cenoura cozida. Salada de chuchu.	Arroz, feijão, tilapia assada com tomate. Purê de mandioquinha. Salada de brócolis
Lanche I	Maçã	Salada de frutas (banana, laranja, manga e morango)	Mamão	Bebida lactea	Melancia
Lanche da tarde II	Leite com café e bolo de banana	Suco de polpa Pão com ovo mexido.	Suco de polpa Quibe de forno	Suco de polpa Pão com pernil desfiado ao molho de tomate e cenoura	Macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura. Salada de brócolis

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de SETEMBRO DE 2025

CEMEI MARIA CLEIDSON MENDES ROBERTI - INFANTIL I - TARDE

TARDE	Segunda 1/9	Terça 2/9	Quarta 3/9	Quinta 4/9	Sexta 5/9
Lanche I	Maçã	Salada de frutas (banana, laranja, manga e morango)	Mamão	Vitamina de morango com aveia	Banana
Lanche da tarde II	Leite com chocolate e bolo de laranja	Suco de polpa Pão com ovo mexido	Suco de polpa Quibe de forno.	Suco de polpa Torta de frango com batata, cenoura, tomate	Macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura. S. de brócolis

TARDE	Segunda 8/9	Terça 9/9	Quarta 10/9	Quinta 11/9	Sexta 12/9
Lanche I	Maçã	Manga	Virado de banana	Leite com café e biscoito de polvilho	Banana
Lanche da tarde II	Leite com café e bolo de cenoura	Suco de polpa Pão com pernil desfiado ao molho de tomate e cenoura	Suco de polpa Torta de legumes com ovo, batata, cenoura e tomate	Suco de polpa Quibe de forno	Macarrão ao alho e azeite, carne desfiada ao molho de tomate e cenoura

TARDE	Segunda 15/9	Terça 16/9	Quarta 17/9	Quinta 18/9	Sexta 19/9
Lanche I	Maçã	Salada de frutas (banana, laranja, manga e morango)	Melancia	Vitamina de morango com aveia	Banana
Lanche da tarde II	Leite com café e bolo de chocolate	Suco de polpa Pão com ovo mexido	Suco de polpa Quibe de forno	Suco de polpa Torta de frango com batata, cenoura, tomate	Macarrão ao alho e azeite, frango ao molho de tomate e cenoura

TARDE	Segunda 22/9	Terça 23/9	Quarta 24/9	Quinta 25/9	Sexta 26/9
Lanche I	Maçã	Bebida lactea	Manga	Leite com café e biscoito de polvilho	Banana
Lanche da tarde II	Leite com café e bolo de maçã	Suco de polpa Pão com carne moída ao molho de tomate e cenoura	Suco de polpa Torta de frango com batata, cenoura, tomate	Suco de polpa Quibe de forno	Suco de polpa Cuscuz paulista c/ frango, ovo, tomate e milho

TARDE	Segunda 29/9	Terça 30/9	Quarta 1/10	Quinta 2/10	Sexta 3/10
Lanche I	Maçã	Salada de frutas (banana, laranja, manga e morango)	Mamão	Bebida lactea	Melancia
Lanche da tarde II	Leite com café e bolo de banana	Suco de polpa Pão com ovo mexido.	Suco de polpa Quibe de forno	Suco de polpa Pão com pernil desfiado ao molho de tomate e cenoura	Macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura. S. brócolis

*ALUNOS COM NECESSIDADES ALIMENTARES ESPECIAIS SERÃO ATENDIDOS CONFORME TABELA ANEXO I

*O cardápio poderá sofrer alterações de acordo com disponibilidade e controle geral dos alimentos.

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de SETEMBRO DE 2025

CEMEI MARIA CLEIDSON MENDES ROBERTI

MATERNAL II E INFANTIL I

COMPOSIÇÃO DO CARDAPIO

VALORES DE REFERÊNCIA PARA ENERGIA, MACRONUTRIENTES E MICRONUTRIENTES

Recomendação FNDE (nº 06, de 08 de Maio de 2020):

Art. 18 - I – Atender no mínimo 30% (trinta por cento) das necessidades nutricionais de energia, macronutrientes e micronutrientes prioritários, distribuídas em, no mínimo, duas refeições, para as creches em período parcial;

CRECHE (1 a 3 anos)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 25 a 35% do VET	Vitaminas		Minerais	
					A (mcg)	C (mcg)	Calcio (mg)	Ferro (mg)
Recomend.	304	42 a 49	8 a 11	8 a 12	63	4	150	1
Prescrição	334	47	14	10	217	40	100,00	2,5
Adequação	109%	100%	127%	100%	344%	1000%	66%	250%

PRÉ ESCOLA (4 a 5 anos)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 15 a 30% do VET
Recomendação	405Kcal	56 a 66	10 a 15	11 a 16
Prescrição	401	57	17	12
Adequação	99%	100%	113%	100%

Recomendação FNDE (nº 06, de 08 de Maio de 2020):

Art. 18 - II – Atender no mínimo 70% (setenta por cento) das necessidades nutricionais de energia, macronutrientes e micronutrientes prioritários, distribuídas em, no mínimo, três refeições, para as creches em período integral;

CRECHE (1 a 3 anos)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 25 a 35% do VET	Vitaminas		Minerais	
					A (mcg)	C (mcg)	Calcio (mg)	Ferro (mg)
Recomend.	708	97 a 115	18 a 27	20 a 28	147	9	350	2
Prescrição	743	114	27	21	336	45	228	4
Adequação	104%	100%	100%	100%	228%	500%	65%	200%

PRÉ ESCOLA (4 a 5 anos)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 15 a 30% do VET
Recomendação	945Kcal	130 a 154	24 a 35	26 a 37
Prescrição	977	144	38	29
Adequação	103%	100%	108%	100%

*O horário das refeições é definido de acordo com o cronograma de aulas, sempre respeitando o intervalo de 2h entre as refeições. *O cardápio poderá sofrer alterações de acordo com disponibilidade e controle geral dos alimentos.

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de SETEMBRO DE 2025

CEMEI DO BAIRRO DO SÍTIO E QUILOMBO INTEGRAL

INTEGRAL	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	1/9	2/9	3/9	4/9	5/9
Desjejum	Leite com chocolate 32% cacau	Leite com chocolate e bolo de laranja	Leite com café e biscoito de polvilho	Virado de banana	Leite com café e pão com margarina
Lanche da manhã	Arroz, feijão macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate e cenoura. Salada de beterraba	Arroz, feijão, estrogonofe de frango. Batata assada. Salada de brócolis	Arroz, feijoadinha leve (feijão preto e pernil). Couve refogada. Salada de cenoura. Abacaxi	Arroz, feijão, farofa de ovo com cenoura, abobrinha refogada. Salada de tomate.	Arroz, feijão, tilapia assada com batata. Salada de alface e tomate
Lanche I	Maçã	Salada de frutas (banana, laranja, manga e morango)	Mamão	Vitamina de morango com aveia	Banana
Lanche da tarde II	Leite com chocolate e bolo de laranja	Suco de polpa Pão com ovo mexido	Suco de polpa Quibe de forno.	Suco de polpa Torta de frango com batata, cenoura, tomate	Macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura. Salada de brócolis

INTEGRAL	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	8/9	9/9	10/9	11/9	12/9
Desjejum	Leite com chocolate 32% cacau	Leite com chocolate e bolo de cenoura	Leite com café e biscoito de polvilho	Virado de banana	Leite com café e pão com margarina
Lanche	Arroz; feijão macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura. Salada de brócolis	Arroz, feijão, carne de panela com cenoura. Purê de batata. Salada de alface.	Arroz, feijão preto, farofa de ovo com cenoura, abobrinha refogada. Salada de tomate.	Arroz, feijão, pernil em cubos acebolado. Virado de couve. Quibebe (abóbora). Laranja	Arroz, feijão, frango grelhado. Salada de chuchu com tomate
Lanche I	Maçã	Manga	Salada de frutas (banana, laranja, manga e morango)	Vitamina de morango com aveia	Banana
Lanche da tarde II	Leite com café e bolo de cenoura	Suco de polpa Pão com pernil desfiado ao molho de tomate e cenoura	Suco de polpa Torta de legumes com ovo, batata, cenoura e tomate	Suco de polpa Quibe de forno	Macarrão ao alho e azeite, carne desfiada ao molho de tomate e cenoura

*ALUNOS COM NECESSIDADES ALIMENTARES ESPECIAIS SERÃO ATENDIDOS CONFORME TABELA ANEXO I

*O cardápio poderá sofrer alterações de acordo com disponibilidade e controle geral dos alimentos.

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de SETEMBRO DE 2025

CEMEI DO BAIRRO DO SÍTIO E QUILOMBO INTEGRAL

INTEGRAL	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	15/9	16/9	17/9	18/9	19/9
Desjejum	Leite com chocolate 32% cacau	Leite com café e bolo de chocolate	Leite com café e biscoito de polvilho	Virado de banana	Leite com chocolate e pão com margarina
Lanche	Arroz, feijão macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate e cenoura. Salada de beterraba	Arroz, feijão, frango grelhado. Quibebe (abóbora). Salada de pepino	Arroz, feijão, pernil em cubos acebolado. Purê de mandioquinha. Salada de couve. Abacaxi	Arroz, feijão, ovo mexido, cenoura cozida. Salada de chuchu	Arroz, feijão, tilapia assada com batata. Brócolis cozido e salada de tomate
Lanche I	Maçã	Salada de frutas (banana, laranja, manga e morango)	Melancia	Vitamina de morango com aveia	Banana
Lanche da tarde II	Leite com café e bolo de chocolate	Suco de polpa Pão com ovo mexido	Suco de polpa Quibe de forno	Suco de polpa Torta de frango com batata, cenoura, tomate	Macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura

INTEGRAL	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	22/9	23/9	24/9	25/9	26/9
Desjejum	Bebida lactea	Leite com chocolate e bolo de maçã	Leite com café e biscoito de polvilho	Virado de banana	Leite com café e pão com margarina
Lanche	Arroz, feijão macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura. Salada de brócolis	Arroz, feijão, estrogonofe de carne bovina. Batata assada. Salada de alface e tomate	Arroz, feijão, pernil acebolado. Couve refogada. Creme de milho. Melancia	Arroz, feijão, frango com batata. Salada de beterraba	Arroz, feijão preto, farofa de ovo com cenoura, abobrinha refogada. Salada de tomate. Laranja
Lanche I	Maçã	Bebida lactea	Manga	Salada de frutas (banana, laranja, manga e morango)	Banana
Lanche da tarde II	Leite com café e bolo de maçã	Suco de polpa Pão com carne moída ao molho de tomate e cenoura	Suco de polpa Torta de frango com batata, cenoura, tomate	Suco de polpa Quibe de forno	Suco de polpa Cuscuz paulista com frango, ovo, tomate e milho

***ALUNOS COM NECESSIDADES ALIMENTARES ESPECIAIS SERÃO ATENDIDOS CONFORME TABELA ANEXO I**

***O cardápio poderá sofrer alterações de acordo com disponibilidade e controle geral dos alimentos.**

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de SETEMBRO DE 2025

CEMEI DO BAIRRO DO SÍTIO E QUILOMBO INTEGRAL

INTEGRAL	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	29/9	30/9	1/10	2/10	3/10
Desjejum	Bebida lactea	Leite com café e bolo de banana	Leite com café e biscoito de polvilho	Virado de banana	Leite com café e pão com margarina
Lanche	Arroz, feijão, Macarrão ao alho e azeite, carne moida ao molho de tomate e cenoura. Salada de beterraba	Arroz, feijoada leve (feijão preto e pernil). Couve refogada. Salada de cenoura	Arroz, feijão, estrogonofe de frango. Batata assada. Salada de alface e tomate. Maçã	Arroz, feijão, ovo mexido, cenoura cozida. Salada de chuchu.	Arroz, feijão, tilapia assada com tomate. Purê de mandioquinha. Salada de brócolis
Lanche I	Maçã	Salada de frutas (banana, laranja, manga e morango)	Mamão	Bebida lactea	Melancia
Lanche da tarde II	Leite com café e bolo de banana	Suco de polpa Pão com ovo mexido.	Suco de polpa Quibe de forno	Suco de polpa Pão com pernil desfiado ao molho de tomate e cenoura	Macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura. S. de brócolis

COMPOSIÇÃO DO CARDÁPIO

VALORES DE REFERÊNCIA PARA ENERGIA, MACRONUTRIENTES E MICRONUTRIENTES

Recomendação FNDE (nº 06, de 08 de Maio de 2020):

Art. 18 - II – Atender no mínimo 70% (setenta por cento) das necessidades nutricionais de energia, macronutrientes e micronutrientes prioritários, distribuídas em, no mínimo, três refeições, para as creches em período integral;

PRÉ ESCOLA (4 a 5 anos)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 15 a 30% do VET
Recomendação	945Kcal	130 a 154	24 a 35	26 a 37
Prescrição	977	144	38	29
Adequação	103%	100%	108%	100%

*O horário das refeições é definido de acordo com o rodízio de alunos, sempre respeitando o intervalo de 2h entre as refeições.

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de SETEMBRO DE 2025

ANEXO I - ALIMENTAÇÃO ESPECIAL

TIPO DE RESTRIÇÃO	CONDUTAS
ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE	· Não será ofertado leite de vaca (com ou sem lactose); · Será ofertado somente o leite vegetal (coco, aveia, arroz) [Leite, leite com chocolate ou vitamina de frutas]; · O leite de vaca será substituído pelo Leite Vegetal ou água em todas as preparações [purês, bolos, tortas e outros]
ALERGIA À CORANTES OU CONSERVANTES	· Não serão ofertados produtos industrializados que contenham o aditivo · Em dia de festa, em substituição à salsicha, será ofertado carne ao molho
ALERGIA À OVOS	· Não será ofertado ovos em geral, omeletes, macarrão com ovos em sua composição ou preparações com ovos [bolos, tortas, dentre outros]; · O macarrão comum será substituído pelo macarrão de arroz (sem glúten e sem ovos); · Os ovos serão substituídos nas preparações culinárias [bolos, tortas, dentre outros] conforme fichas técnicas de preparação.
DIABETES MELLITUS	· Não serão ofertadas preparações com açúcar; · Será estipulado o porcionamento dos alimentos para cada caso.
DOENÇA CELÍACA	· Não serão ofertados alimentos que contenham Glúten sob nenhuma circunstância [trigo, aveia, centeio, malte ou cevada]; · Os alimentos que contenham glúten serão substituídos conforme orientação do nutricionista e conversa com pais; · Cuidado no preparo dos alimentos para evitar contaminação cruzada, conforme Manual; Os utensílios e panelas utilizados no preparo das refeições são exclusivos para este fim; · No dia de pão, será ofertado pão caseiro sem glúten
INTOLERÂNCIA À LACTOSE	· Será ofertado apenas o Leite Zero Lactose [Leite, leite com chocolate, café com leite, vitamina de frutas] · Conforme necessidade, após conversa com pais, o leite de vaca comum será substituído pelo Leite Zero Lactose em todas as preparações [purês, bolos, tortas e outros]
PEIXE, CARNE SUÍNA E DEMAIS ALERGIAS ESPECÍFICAS	· Não serão ofertadas preparações com os alergênicos, conforme relação de alunos afixada na cozinha de cada escola;
VEGETARIANO / VEGANO	· Será oferecida 1 porção extra de legume ou verdura + 1 porção extra de leguminosa já presentes no cardápio do dia. · Será oferecido ovo em substituição à carne em caso de aluno ovo lacto vegetariano

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432

